

語言治療第一步，是找出發音的問題所在。語言治療師除了用耳朵聽，聲波圖也是檢測聲音音質、確認問題點的一項工具。



對多數人來說，「說話」就如走路、吃飯一樣，是一件很自然的事；但有些人卻飽受口齒不清的困擾，甚至因此被質疑智力、能力有問題，而限制了未來的發展。ESL人士因為母語與英語發音位置區別，無法正確讀出某些英語發音，也屬於口齒不清的族群之一。

某些情況下，「口齒不清」必須接受專業治療才能改善。口齒不清的成因為何？應如何治療？讓我們聽聽語言治療師怎麼說。

文、設計：蘇立立／圖：區肇雄

# 有口難言

## 擺脫口齒不清的困擾

案例：

28歲的Annie在12年班時自香港移民溫哥華。雖然英語對Annie來說不是問題，但她的口音卻令她很困擾；不僅影響她認識新朋友，也讓她不敢在會議上發言。

經過檢查，發現Annie在講so時會講成show/though；而且不只在講英文，連講母語廣東話時，都有相同的狀況。

這種狀況在語言治療上稱為lisp（也就是中文說的「大舌頭」）。有口音加大舌頭問題已經夠複雜，但更困擾的是，儘管Annie表面上看起來聽力沒有問題，她卻聽不出so與sho的區別。

進行聽力檢測後，才發現Annie聽力在低音區受損，所以像s之類較高的音在Annie聽來就變成sh。

了解到問題所在，Annie接受了5次語言治療後，已有朋友發現Annie的口齒清晰很多；這令Annie很开心，因為她的朋友並不知道她在進行語言治療。

### 先天缺陷 後天障礙 壞習慣

加拿大註冊聽力與語言治療師Wendy Lam說，口齒不清的原因主要包括先天缺陷（如唇顎裂、腦部問題）、後天障礙（中風、腦受傷）、及壞習慣（說話時長期舌頭位置錯誤）。不過，也有很多案例找不到原因。

口齒不清不僅影響溝通，也牽涉一個人的自信心。口齒不清、或認為自己口齒不清的人，很多時候會避免開口、避免與人交往，變得害羞內向。

Wendy說，類似上述Annie的例子並不罕見。除了移民外，很多以英語為母語的人，也有口齒不清的問題。

她說，有些人可能在兒童學習語言期，耳朵發炎、形成暫時性的聽力障礙，在那段期間出現口齒不清、固定漏掉某個音的問題。有些人之後可能會自行矯正，但也有人就習慣了這樣的說話方式，一直維持到成人期，造成語言障礙（speaking disorder）。

此外，ESL人士因為母語與英語音區不同，可能聽不到很多英語中的音，或是口腔肌肉無法配合英語發音需求，也是語言治療的對象。

#### 上顎

有些孩子在出生時就有顎裂（cleft palate）問題。儘管經過手術修復，聲音仍很容易跑到鼻腔，需要語言治療復健。

#### 鼻腔

很多人都有感冒，說話有鼻音的經驗。所幸，除了鼻腔有腫瘤之類的情況外，鼻腔問題對語言的影響多數屬於暫時性。

#### 聽力

聽力對語言學習至為重要。在語言學習關鍵期，甚至只是耳炎3個月，暫時聽力受損，都可能影響發音。

#### 嘴唇及面部肌肉

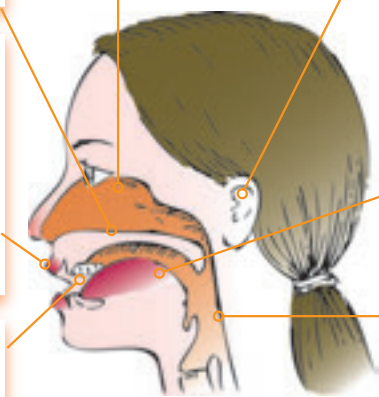
中風、腦部受損病人，很多有半邊肌肉無力問題。這種情況下病人很難做出O形嘴，因而無法正確發出wu音。

#### 舌頭

舌頭過長，或是舌頭肌肉控制不當，就可能把so音發成show或though。

#### 喉嚨

除了咬字，喉嚨肌肉控制也影響語言表現。無論是說話音調過低或過高，音量太大或太小，都可能影響日常語言溝通。



### 影響發音的因素

### 你是否口齒不清？

至於如何判斷口齒是否清晰呢？除了觀察平日溝通狀況、其他人是否能聽懂你要表達的字，以下的一個小測驗可以提供自我檢查。你可以任選一句唸出來給朋友聽，讓朋友猜你唸的是什麼。

I think so./ I sink so.  
Look at the food./ Look at the foot.  
Leave with me./ Live with me.  
The man saw the woman./ The men saw

the women.

至於發現有問題了，該怎麼治療？Wendy表示，要從找出問題根源著手。例如是聽力問題，那麼就要重新訓練聽力，要先聽出差別，才能開始發音治療。又如在前述Annie的例子，語言治療可能要從控制舌頭肌肉、訓練舌頭習慣擺在牙齒後面開始。

語言治療和復健一樣，患者的配合與積極練習，決定治療成敗。通常5次治療後，才能夠感覺到發音改善。

### 相關資訊



- 語言治療（Speech Therapy）在很多延伸保險中都有給付。如果你目前受雇中，不妨查查雇主所提供的延伸保險，是否有語言治療項目。
- 語言治療師依專精領域有「聲音治療」（voice therapy）、與「發音治療」（articulation therapy）之分。矯正口音、口齒不清問題應找後者。
- 尋找本地語言治療師，可瀏覽語言與聽力治療協會網站www.caslp.ca。
- Wendy Lam（左圖）持有加拿大語言與聽力治療雙執照。相關諮詢請電604.688.5988或瀏覽www.lingo-ease.com。

### 何時要考慮兒童的語言治療？

兒童語言發展有一定規則，如果年齡到了、卻沒有該年齡應有的語言能力，或是孩子對語言沒有反應、不喜歡跟其他孩子玩，家長就要思考孩子是否有聽力、語言、或其他方面的障礙。

1歲的孩子應該可以說出幾個單字，例如Mama、Dog等；2歲的孩子應該對語言有所反應，例如在父母的指示下揮手說byebye；到7至8歲，孩子就應該有能力清楚發出所有英語詞彙。

Wendy說，兒童在語言學習過程中，出現「口吃」、或是唸不清楚「s」或「th」音，都是正常的。但如果孩子過了7歲還有上述現象，家長就需要注意。因為語言障礙往往會伴隨書寫、閱讀困難，對孩子的學習、學校生活影響很大，不可不慎。

### 移民家庭的語言教育

Wendy指出，7至8歲是兒童語言學習的分水嶺。7歲以前來到加拿大的孩子，幾乎不會有口音的問題，Wendy反而鼓勵家長在家與子女說母語，因為這個年齡的孩子，通常有能力掌握1種以上的語言。

另一方面，8歲以後才來到加拿大的兒童，則有很大機會帶有口音。Wendy表示，通常抵埠的前兩年，因為環境影響，可以感覺到口音大幅改善；但兩年之後所擁有的口音，若沒有積極改善，就可能跟著一輩子。

如果子女在移民2年之後，因為口音太重，導致學習、交友方面的問題，Wendy就會建議家長考慮給孩子看語言治療師，「愈早矯正，趁壞習慣還沒有養成，就愈容易改善口音。」

此外，Wendy指出，青少年時期的孩子，特別受到同儕影響，很希望能夠融入群體；如果因為口音問題，讓孩子常常被問「你是從中國來的？」將可能影響到孩子的自信心，以及日後成就表現。

▼ 語言治療中，除了用心體會、用耳聆聽外，適當的手勢也有助做出正確口形。

